

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Noviembre 2024

BARCELONA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>				<p>1</p> <p>FESTIVO</p> <p>1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p>	<p>2</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>3</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta</p>
<p>4</p> <p>Coditos a la napolitana Delicias de bacalao con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:4.018/961 GT:33 GS:4 HC:134 AZ:26 PROT:27 SAL:1</p>	<p>5</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Revuelto de queso con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:2.741/656 GT:11 GS:1 HC:111 AZ:27 PROT:32 SAL:1</p>	<p>6</p> <p>Crema de calabaza Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Fruta (eco.) y pan integral (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.173/759 GT:39 GS:7 HC:88 AZ:21 PROT:29 SAL:2</p>	<p>7</p> <p>Arroz con pollo Ventresca de merluza al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos)</p> <p>VE:3.761/900 GT:31 GS:3 HC:117 AZ:25 PROT:39 SAL:2</p>	<p>8</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.010/720 GT:26 GS:10 HC:83 AZ:15 PROT:39 SAL:2</p>	<p>9</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos</p>	<p>10</p> <p>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>
<p>11</p> <p>Espirales a la boloñesa Filete de merluza al horno con zanahorias salteadas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta)</p> <p>VE:3.010/720 GT:10 GS:1 HC:120 AZ:28 PROT:39 SAL:1</p>	<p>12</p> <p>Lentejas a la riojana (eco.) Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:3.116/745 GT:14 GS:2 HC:109 AZ:25 PROT:46 SAL:2</p>	<p>13</p> <p>Crema de calabacín Estofado de cerdo a la jardinera (guisantes, zanahoria, patata, pimiento, cebolla) con patatas dado Fruta y pan integral (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.482/833 GT:39 GS:6 HC:86 AZ:29 PROT:38 SAL:1</p>	<p>14</p> <p>Arroz con salsa de tomate Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos)</p> <p>VE:4.038/966 GT:57 GS:6 HC:119 AZ:24 PROT:35 SAL:1</p>	<p>15</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y queso Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:3.489/835 GT:36 GS:8 HC:96 AZ:15 PROT:41 SAL:1</p>	<p>16</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>17</p> <p>1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>
<p>18</p> <p>Judías verdes con tomate Lomo con salsa de queso con patatas fritas Fruta y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:3.344/800 GT:33 GS:6 HC:97 AZ:29 PROT:31 SAL:2</p>	<p>19</p> <p>Arroz con verduras Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:2.854/683 GT:14 GS:3 HC:116 AZ:27 PROT:26 SAL:1</p>	<p>20</p> <p>Garbanzos estofados Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa (eco.) Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:3.043/728 GT:13 GS:1 HC:117 AZ:25 PROT:41 SAL:1</p>	<p>21</p> <p>JORNADA MEXICANA Sopa de pollo mexicana Chili con carne con nachos Postre especial y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.234/774 GT:25 GS:7 HC:105 AZ:34 PROT:35 SAL:2</p>	<p>22</p> <p>Crema de puerros Tiras de pollo y verduras con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (* 1º Patatas 2º Huevos con Arroz y Fruta)</p> <p>VE:2.257/540 GT:15 GS:4 HC:61 AZ:13 PROT:39 SAL:1</p>	<p>23</p> <p>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta</p>	<p>24</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>
<p>25</p> <p>Arroz a la milanesa Lomos de jurel en salsa de maíz Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.301/790 GT:21 GS:4 HC:120 AZ:29 PROT:33 SAL:1</p>	<p>26</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Pollo asado al romero con patatas panaderas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.953/706 GT:12 GS:2 HC:120 AZ:26 PROT:34 SAL:1</p>	<p>27</p> <p>Crema de zanahoria Albóndigas en salsa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral (* 1º Patatas 2º Pescado con Arroz y Lácteos)</p> <p>VE:3.099/741 GT:32 GS:10 HC:88 AZ:32 PROT:28 SAL:2</p>	<p>28</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.127/748 GT:22 GS:7 HC:105 AZ:30 PROT:36 SAL:1</p>	<p>29</p> <p>Macarrones (integrales) con salsa de tomate Huevos con tomate con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.298/789 GT:33 GS:8 HC:93 AZ:14 PROT:33 SAL:2</p>	<p>30</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	

(* Recomendación cena (** Recomendación comida // A partir de 18 meses)

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES